12.051 Sedliacka pochúťka
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
bravčové pliecko	4,00	4,00	4,50	4,50	5,00	5,00	6,00	6,00
hovädzie zadné	1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50	2,50	2,50
klobása			0,60	0,57	0,70	0,67	0,80	0,76
olej	0,40	0,40	0,50	0,50	0,70	0,70	0,90	0,90
vajcia	8	0,40	12	0,50	15	0,75	18	0,90
múka hladká	0,10	0,10	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
paprika červená mletá	0,05	0,05	0,05	0,05	0,08	0,08	0,10	0,10
cibuľa	0,50	0,43	0,80	0,68	0,80	0,68	1,00	0,85
strúhanka	0,20	0,20	0,30	0,30	0,30	0,30	0,40	0,40
soľ	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25
cesnak	0,05	0,04	0,10	0,09	0,15	0,13	0,15	0,13
korenie čierne mleté			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02
hmotnosť porcie v g	80		100		120		140	
hmotnosť mäsa v g	45		50		60		70	
hmotnosť šťavy v g	35		50		60		70	

Receptúra

Výrobný postup

Mäso umyjeme, osušíme, pomelieme, pridáme očistenú pokrájanú cibuľu, vajcia, červenú mletú papriku, soľ, mleté čierne korenie, očistený prelisovaný cesnak. Všetko dobre premiešame. Z masy na doske posypanej strúhankou formujeme rolády, ktoré naplníme klobásou., vložíme do olejom vymasteného pekáča a pečieme. Počas pečenia podľa potreby podlievame horúcou vodou. Upečené rolády vyberieme, šťavu zahustíme múkou opraženou nasucho, zalejeme vodou, precedíme a varíme ešte 20 minút. Pokrájané rolády polievame šťavou.
Príloha: zemiaková kaša, zeleninové šaláty, rôzne prívarky

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota	bielkoviny	tuky	kyselina linolová		vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
									A	B_1	B_2	C	E

	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	623	150	10,37	10,6	2,5	3,0	0,2	13,4	1,2	0,013	0,2	0,1	0,5	2,2
B	803	193	12,53	13,6	3,1	4,9	0,4	18,6	1,4	0,016	0,2	0,1	0,8	2,3
C	987	237	14,95	17,0	4,3	5,8	0,4	22,9	1,7	0,023	0,2	0,1	0,9	2,6
D	1203	289	17,16	21,0	5,5	7,6	0,5	28,1	2,0	0,028	0,2	0,2	1,1	3,2